

春节期间,不少家庭会一起出门走亲戚,可对于家有萌娃的爸爸妈妈来说,第一次带孩子尤其是小宝宝出远门,免不了手忙脚乱,这个也想带,那个也觉得有必要。

对此,特约作者、非常有耐心的大米妈(yucca)给出的经验是:就带你认为必须的、不好买到的东西,尽量精简,让宝宝也能感受到旅行和在家是有区别的。同时,按衣、食、住、行、药品分了五类,为各位新手爸妈支招。

春节带娃出游太头疼? 遛娃儿狂人妈手把手教你



出行 D

对于2岁以内的小宝宝,建议出门尽量还是带着推车,需要的时候可以睡觉。

如果坐飞机,带着推车过安检可走特殊通道,直接推到登机口交给空姐,下了飞机通常是童车和行李一起从传送带出来。

背巾或背带也非常有用,解放爸爸妈妈的双手,不用一直抱着。

如果要是旅途上有爬山的行程,强烈建议带一个背架,孩子视野更高,父母背着更省力。

如果有自驾的行程,可以带一个U型头枕,适合坐在车上的安全座椅里睡觉用。还建议带个平时孩子爱听的音乐CD,放在车上听感觉很熟悉。

药品 E

常见药物需要准备着,万一孩子路上有一点不舒服可以应急,但如果有很严重的病症要及时去医院了。

退烧药和电子体温计:可以带两种单一成分的退烧药,成分分别是对乙酰氨基酚(例如泰诺林)和布洛芬(例如美林)的,如果发烧到38.5度以上,这两种药可以换着吃,尽量不要给孩子使用复方退烧药。

腹泻药:口服补液盐和益生菌。旅途中换环境孩子难免会有拉肚子的情况发生,这类腹泻通常不需要使用抗生素。

眼药:红霉素眼药膏和10毫升小包装的生理盐水。眼睛有黄色分泌物,怀疑细菌感染;鼻腔内干涩溃破时;皮肤上有流黄水的小脓包时,都可以涂抹红霉素眼药膏。小包装的生理盐水用于游泳、泡温泉或异物入眼后冲洗眼睛使用;也适用于冲洗皮肤上的小伤口。

外用消毒杀菌药:小瓶碘伏、独立包装的无菌棉签和透气创可贴。小宝宝难免出现磕碰的情况,那就用无菌棉签蘸碘伏消毒,之后用透气创可贴黏附。

护臀膏:用尿不湿的宝宝,或者屁股容易长尿布疹的宝宝必备护臀膏。

指甲刀:不算药品,但也应该带着,小宝宝指甲长得很快。

止痒药:就算不去热带地区,也建议带着防蚊子的喷雾以及万一被蚊子叮了以后止痒用的药。

■大米妈

穿戴 A

按照所去目的地的温度情况,尽量多带一些宝宝的衣服,按照一天两身准备也不为过。

按照目的地的情况和宝宝的具体情况,再准备适当的其他穿戴类物品。例如去海边的话,带防晒衣、浴巾、宝宝游泳圈、防晒霜,冬天的话,带围巾、毛线帽等;去热的地方,多带棉质吸汗的衣服;去可能下雨下雪的地方,要带防水的外套。

尽量带颜色鲜艳的,拍照好看。

鞋子至少带两双,万一有一双湿了、丢了,不至于没鞋穿。如果去海边自然得备一双凉鞋。

用尿不湿的宝宝,可以先带小包装的尿不湿和湿巾,到了目的地随时买。但是如果去东南亚的海岛或其他不方便买到合适尿不湿的地方,就要带足量。

流口水阶段的宝宝要多带口水巾。吃饭用的围嘴也是必需的,防止总是吃东西把衣服弄脏。袜子、帽子、宝宝用小袋洗衣液、小薄被都应该准备一些。

食物 B

吃奶粉的宝宝要带奶瓶,奶粉分隔盒和足够的奶粉(旅行期间最好不更换奶粉品牌,以免引起宝宝肠胃不适);

吃母乳的宝宝只要带上哺乳巾就好;

吃辅食的宝宝可以带些现成的果泥菜泥,网上很多卖的,最好是之前在家里吃过的;

1岁以上的宝宝也可以在外面餐馆里选一些清淡的东西给宝宝吃。再大些的宝宝基本上都能跟家长一起吃了,就随身带点零食小饼干,防止宝宝饿了但临时找不到地方吃饭。

便携洗手液、便携餐具、保温水壶都是必须的。带个焖烧罐,路上给宝宝焖个粥、下个面条什么的很方便。

居住 C

带着孩子尽量要住条件好一点的酒店。房间可以不用很大,但一定要干净,有24小时热水。

如果住酒店只有浴缸,带浴缸膜或浴缸消毒剂。如果行李许可,旅行时间长,宝宝又比较小不会站着,带个充气浴盆也可以。

平时常用的洗护用品可带小包装,可以把宝宝用的沐浴液、洗头液、洗完澡涂抹的润肤露分别倒进去带着。毛巾或纱布浴巾也最好自带。

有些宝宝睡觉习惯搂着的安抚玩具或安抚奶嘴也要带着。

带1-2本睡前读物,最好是在家就常看的,最喜欢的。



关注三湘都市报微信
看E报。

